|  |
| --- |
| **Декабрь YANA FITNESS пр-т Победы, 119-А, моб. 063 105 0220, 050 105 0220** |
| **Дата** | **8.30**  | **10.00** | **13.10** | **16.15** | **17.20 19.40** | **18.30** |
| **1** | ABТ Люба | ***9.30 Pilates Mat\****  | Stretch Люба | Power Step Дарина | ABL Дарина/19.40 - | Body mind Дарина |
| **2** | Pilates Дарина  | Step+АВ Дарина | Power class Дарина | Bodybar Оля | Pilates-ball Оля | ABТ Оля |
| **3** | Body sculpt Настя | ***9.30 Pilates Mat\****  | Slow mat Настя | Stretch Люба | ABТ+PowerЛюба/19.40- | Pilates Люба  |
| **4** | Perfect Body Ксюша | Bodybar Ксюша | Power-ball Ксюша | Active band Лиля | Stretch Лиля//19.40 - | Body sculpt Лиля |
| **5** | **10.00 Step+BL**  **11.10 Bodybar** **12.30 Yogalates Катя**  |
| **6** | **9.30 Body sculpt**  **11.00 ABL 12.30 Pilates Лена**  |
| **7** | Bodybar Катя | Animal flow Катя | Body mind Катя | Power class Ксюша | Pilates-ball Ксюша | HIIT Ксюша  |
| **8** | Stretch Лена | ***9.30 Pilates Mat\****  | ABL Лена | Mobility Оля | ABL Оля/19.40 - | Pilates Лана |
| **9** | Step+bulbs Люба | **Fitness Mix Люба** | Pilates-ball Люба | ABТ Дарина | Pilates Дарина  | Power class Дарина |
| **10** | ABТ Лиля | ***9.30 Pilates Mat\****  | Bodybar Лиля | Stretch Люба | Step+АВЛюба/19.40 - | Body mind Люба |
| **11** | Stretch Дарина | Interval Дарина | Active band Дарина | ABL Настя | Slow mat Настя/19.40 -  | ABТ Настя |
| **12** | **10.00 Рower class** **11.10 Interval 12.30 Pilates-ball**  **Оля**  |
| **13** | **9.30 Circular** **training 11.00 АВТ 12.30 Stretch Ксюша**  |
| **14** | ABL Люба | Body mind Люба | **Fitness Mix Люба** | Interval Step Дарина | Pilates towel Дарина | Circular train. Дарина |
| **15** | Circular train. Ксюша | ***9.30 Pilates Mat\****  | Perfect Body Ксюша | Pilates motions Оля  | ABТ Оля/19.40 - | Perfect Body Лана |
| **16** | Pilates-ball Дарина | Functional tr. Дарина | ABТ Дарина | ABТ Катя | Yoga Катя | Animal flow Катя |
| **17** | Active mat Катя | ***9.30 Pilates Mat\****  | Interval Катя | Pilates-ball Люба | **Fit Mix Люба/**19.40 - | Stretch Люба |
| **18** | Bodybar Лена |  Barre Лена | Stretch Лена | Active band Ксюша | Рower Str Ксюша/19.40- | Power class Ксюша |
| **19** | **10.00 Step Mix 11.10 Power-ball** **12.30 Stretch Оля**  |
| **20** | **9.30 АВТ 11.00 Interval Steр 12.30 Slow mat Лиля**  |
| **21** | Circular train. Дарина | ABТ Дарина | Bodybar Дарина | ABL Лиля | Slow mat Лиля | Step-n-skulpt Лиля |
| **22** | Pilates Люба | ***9.30 Pilates Mat\****  | Body mind Люба | Yogalates Катя | Bodybar Катя/19.40 - | Body mind Катя |
| **23** | Towel training Лена | Pilates Лена | Step+АВ Лена | Body sculpt Оля | Pilates Оля/19.40 - | Functional tr. Оля |
| **24** | Animal flow Катя | ***9.30 Pilates Mat\****  | Power class Катя | **Fitness Mix Люба** | Step+BLЛюба/19.40- | Pilates-ball Люба |
| **25** | Slow mat Настя | Body sculpt Настя | Pilates Настя | Stretch Дарина | ABТ Дарина/19.40 - | Interval Дарина |
| **26** | **10.00 ABL 11.10 Active band** **12.30 Body mind Катя**  |
| **27** | **9.30 Power-ball** **11.00 HIIT** **12.30 Pilates towel** **Ксюша** |
| **28** | Power class Люба | Stretch Люба | Towel training Люба | Bodybar Ксюша | Stretch Ксюша | ABТ Ксюша |
| **29** | ABТ Лена | ***9.30 Pilates Mat\****  | Pilates Лена | Stretch Катя | Active mat Катя/19.40 - | Pilates Лана |
| **30** | Stretch Катя | Body sculpt Катя | ABL Катя | Bodybar Лена | Pilates Лена/Дарина | Power class Дарина |
| **31** | ***С Новым 2021 Годом !!!***  |

***Подпишись на новости:*** [***www.yanafitness.com.ua***](http://www.yanafitness.com.ua)

***Дополнительные классы***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Дата*** | ***8.30*** | ***9.30*** | ***17.15*** | ***18.30*** |
| **1** | ***8.00 Fitness morning \*Дарина*** | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **2** | ***TRX \* Оля*** |  |  | ***Pilates+TRX \* Лена*** |
| **3** |  | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **4** | ***8.00 Fitness morning \* Катя*** | ***Pilates Roll\* Оля*** |  |  |
| **5** | ***9.00 TRX Stretch\* Катя***  |
| **6** |  |
| **7** | ***Pilates+TRX \* Лена*** |  |  |  |
| **8** | ***8.00 Fitness morning \*Дарина*** | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **9** | ***TRX \* Оля*** |  |  | ***Pilates+TRX \* Лена*** |
| **10** |  | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **11** | ***8.00 Fitness morning \* Катя*** | ***Pilates Roll\* Оля*** |  |  |
| **12** | ***9.00 Pilates Roll\* Оля*** |
| **13** |  |
| **14** | ***Pilates+TRX \* Оля*** |  |  |  |
| **15** | ***8.00 Fitness morning \*Дарина*** | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **16** | ***TRX \* Катя*** |  |  | ***Pilates+TRX \* Оля*** |
| **17** |  | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **18** | ***8.00 Fitness morning \* Катя*** | ***Pilates Roll\* Оля*** |  |  |
| **19** | ***9.00 Pilates Roll\* Оля*** |
| **20** |  |
| **21** | ***Pilates+TRX \* Лена*** |  |  |  |
| **22** | ***8.00 Fitness morning\* Дарина*** | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **23** | ***Pilates+TRX \* Оля*** |  |  | ***Pilates+TRX \* Лена*** |
| **24** |  | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Оля***  |
| **25** | ***8.00 Fitness morning \* Катя*** | ***МФР\* Катя***  |  |  |
| **26** | ***9.00 TRX Stretch\* Катя***  |
| **27** |  |
| **28** | ***TRX+Stretch\* Катя***  |  |  |  |
| **29** | ***8.00 Fitness morning \* Катя*** | ***Pilates mat\* Алена*** | ***Kids fitness (7-12 лет)*** | ***TRX\* Катя***  |
| **30** | ***Pilates+TRX \* Лена*** |  |  | ***Pilates+TRX \* Лена*** |
| **31** | ***С Новым 2021 Годом !!!***  |

***\* - занятия, которые не включены в стоимость клубной карты, проходят за дополнительную плату.***